

ASUHAN KEPERAWATAN MATERNITAS PADA NY E DENGAN POST PARTUM (PREMATURE) DALAM UPAYA MENURUNKAN ANSIETAS DENGAN TERAPI *THOUGHT STOPPING* DI RUMAH SAKIT AL-FATAH AMBON

Merlyn Christin Hallatu¹⁾ Hani Tuasikal²⁾ Tommy Pangandaheng³⁾ Fathimah Kelrey,⁴⁾ Wa Ode Nurlina⁵⁾

Jurusan Keperawatan DIII-STIKes RS.Prof.Dr.J.A.Latumeten Ambon

Email : Merlynchristin@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Post partum merupakan masa atau waktu sejak bayi dilahirkan, sampai dengan kembali pulihnya organ kandungan ibu seperti keadaan sebelum hamil. Pada masa post partum ibu banyak mengalami perubahan psikologis untuk menghadapi masa nifas, bila tidak ditangani dengan baik dapat membahayakan kesehatan bagi ibu pada masa nifas. Menurut Rini & Kumala (2017), Menurut World Health Organization (2018), kejadian postpartum blues baby Asia cukup tinggi yaitu sekitar 26-85% sedangkan di Indonesia kejadian postpartum blues antara 50-70% pada ibu pasca persalinan. WHO menyatakan, bahwa gangguan post partum blues (baby blues) akan dialami oleh sekitar 20% perempuan dan 12% terjadi pada laki-laki. Menurut United State qAgency for International Development (2016), terdapat 31 kelahiran per 1000 populasi. Indonesia menempati peringkat keempat tertinggi di ASEAN sedangkan angka kejadian post partum blues (baby blues) di Indonesia menurut Kemenkes RI (2018). *Thought stopping* atau dapat disebut sebagai strategi berhenti berpikir digunakan untuk membantu mengontrol seseorang dan gambaran-gambaran dari diri sendiri dengan cara menekan atau menghilangkan kesadaran-kesadaran negatif tersebut. Terapi ini digunakan untuk klien yang terlalu terpaku dengan pengalaman masa lampau yang tidak dapat diubah, klien menyesali kejadian-kejadian yang tidak mungkin terjadi sehingga selalu terikat dengan pikiran negatif yang selalu berulang-ulang (Rofiq, 2019).Maka peneliti mengangkat masalah ini dalam suatu penelitian karya tulis ilmiah dengan judul Asuhan Keperawatan Maternitas Pada Ny E Dengan Post Partum (Premature) Dalam Upaya Menurunkan Ansietas Dengan Terapi *Thought Stopping* Di Rumah Sakit AL-Fatah Ambon.**Tujuan:** Untuk menerapkan asuhan keperawatan maternitas secara konferensif padapatient dengan post partum (premature) dalam upaya menurunkan ansietas melalui terapi *thought stopping* dan menggunakan pendekatan proses asuhan keperawatan.**Metode Penelitian:** jenis penelitian yang di gunakan adalah studi kasus dengan menggunakan metode deskriptif .penelitian ini di laksanakan pada tanggal 04 september 2024.**Hasil:**Pelaksanaan tindakan keperawatan berjalan tanpa adanya kesulitan serta intervensi yang di berikan dapat tercapai. **Kesimpulan:**Terapi *Thought Stopping* ,Hal tersebut juga membuktikan bahawa adahubungan yang sangat besar tentang pelaksanaan terapi *Thought Stopping* . **Saran:** Di harapkan bagu pasien Ny.E untuk melaksanakan terapi *Thought stopping* secara mandiri selama 10 menit sehari untuk menurunkan ansietas .

Kata kunci: Asuhan Keperawatan Maternitas. Ansietas. Terapi *Thought Stopping*

ABSTRACT

Background: Postpartum is a period or time since the baby is born, until the mother's reproductive organs recover to their pre-pregnancy condition. During the postpartum period, the

mother experiences many psychological changes to face the postpartum period, if not handled properly it can endanger the health of the mother during the postpartum period. According to Rini & Kumala (2017), According to the World Health Organization (2018), the incidence of postpartum blues in Asia is quite high, which is around 26-85%, while in Indonesia the incidence of postpartum blues is between 50-70% in postpartum mothers. WHO states that postpartum blues (baby blues) disorders will be experienced by around 20% of women and 12% occur in men. According to the United States Agency for International Development (2016), there are 31 births per 1000 population. Indonesia is ranked fourth highest in ASEAN while the incidence of postpartum blues (baby blues) in Indonesia according to the Indonesian Ministry of Health (2018). Thought stopping or can be called a strategy to stop thinking is used to help control someone and images of themselves by suppressing or eliminating these negative awarenesses. This therapy is used for clients who are too fixated on past experiences that cannot be changed, clients regret events that are impossible to happen so that they are always bound by negative thoughts that are always repeated (Rofiq, 2019). So the researcher raised this problem in a scientific paper study entitled Maternity Nursing Care for Mrs. E with Post Partum (Premature) in an Effort to Reduce Anxiety with Thought Stopping Therapy at AL-Fatah Hospital, Ambon. Purpose: To implement maternity nursing care in a conference manner in patients with post partum (premature) in an effort to reduce anxiety through thought stopping therapy and using a nursing care process approach. **Research Method:** The type of research used is a case study using a descriptive method. This research was conducted on September 4, 2024. **Results:** The implementation of nursing actions took place without any difficulties and the interventions given could be achieved. **Conclusion:** Thought Stopping Therapy, This also proves that there is a very large relationship between the implementation of Thought Stopping therapy. Suggestion: It is hoped that Mrs. E's patients will carry out Thought Stopping therapy independently for 10 minutes a day to reduce anxiety.

Keywords: Maternity Nursing Care. Anxiety. Thought Stopping Therapy

PENDAHULUAN

Post partum merupakan masa atau waktu sejak bayi dilahirkan, sampai dengan kembali pulihnya organ kandungan ibu seperti keadaan sebelum hamil. Pada masa post partum ibu banyak mengalami perubahan psikologis untuk menghadapi masa nifas, bila tidak ditangani dengan baik dapat membahayakan kesehatan bagi ibu pada masa nifas. Menurut Rini & Kumala (2017), perubahan psikologis ini terjadi pada masa post partum yang terdiri dari tiga periode penyesuaian seorang ibu terhadap peran barunya menjadi orang tua yaitu ada periode taking in (fase ketergantungan), periode taking hold (fase transisi antara ketergantungan dan kemandirian) dan periode letting go (fase mandiri).

Masa postpartum dimulai sejak satu jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan enam minggu (42 hari). Menurut Solehati (2020), penanganan yang tidak tepat pada masa post partum dapat menyebabkan berbagai masalah salah satunya adalah post partum blues (baby blues). Post partum blues (baby blues) merupakan suatu sindroma gangguan efek ringan yang terjadi pada minggu pertama setelah melahirkan, biasanya akan memburuk pada hari ketiga sampai kelima dan berlangsung selama 14 hari atau dua minggu setelah kelahiran (Yunitasari & Suryani, 2020). Fase ini akan ditandai dengan rasa khawatir, kurang percaya diri, sering menangis, sensitif, mudah marah serta gelisah. Menurut World Health Organization (2018), kejadian postpartum blues baby Asia cukup tinggi yaitu sekitar 26-85% sedangkan di Indonesia kejadian postpartum

blues antara 50-70% pada ibu pasca persalinan. WHO menyatakan, bahwa gangguan post partum blues (baby blues) akan dialami oleh sekitar 20% perempuan dan 12% terjadi pada laki-laki. Menurut United State qAgency for International Development (2016), terdapat 31 kelahiran per 1000 populasi. Indonesia menempati peringkat keempat tertinggi di ASEAN sedangkan angka kejadian post partum blues (baby blues) di Indonesia menurut Kemenkes RI (2018).

Ibu dengan bayi lahir premature lebih beresiko mengalami gangguan psikologi. Gangguan psikologi Ibu dengan bayi premature adalah tingkat stress, kecemasan dan depresi. Ibu dengan bayi lahir premature juga dapat mengalami lonjakan emosi yang dapat berdampak pada gangguan perkembangan mental ibu sendiri dan bayinya. Gangguan psikologis juga dapat mengubah persepsi ibu terhadap bayinya menjadi persepsi yang buruk dikarenakan status kesehatan bayi yang kurang baik.

Tabel 1.1.
Data Prevalensi Post SC dan persalinan normal
di rumah sakit AL-Fatah Ambon
Post SC

TAHUN	JUMLAH	PRESENTASE
2021	851	34%
2022	837	30%
2023	936	36%
TOTAL	2.624	

Persalinan Normal

TAHUN	JUMLAH	PRESENTASE
2021	763	32%
2022	689	30%
2023	879	38%
TOTAL	2.331	

Sumber: data Rumah Sakit AL-FATAH Ambon

Berdasarkan tabel 1.1. menunjukkan bahwa ibu post partum SC dan ibu persalinan normal di rumah sakit AL-Fatah Ambon terjadi peningkatan dari tahun 2021 sebanyak 851 orang (34%) dan 763 orang (32%), kemudian terjadi penurunan ke tahun 2022 sebanyak 837 orang (30%) dan 689 orang (30%), kemudian terjadi peningkatan di tahun 2023 sebanyak 936 orang (36%) dan 879 orang (38%).

Berbagai masalah yang dapat ditimbulkan oleh ibu post partum dengan kelahiran prematur. Dampak yang muncul pada ibu post partum seperti anseitas, gangguan pola tidur, hipovolernia, defi sit pengetahuan, koping tidak efektif, serta menyusi tidak efektif. Adapun dampak bayi prematur ikterus neonatus, resiko infeksi, dan defisit nutrisi (*World Health Organization*, 2018).

METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode deskriptif penelitian studi kasus observasi, dengan memberi Asuhan Keperawatan pada Ny.E dengan Post Partum (premature) dalam Upaya Menurunkan Ansietas Dengan Terapi *Thought Stopping*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Pengkajian

Hasil: pada tahap pengumpulan data peneliti tidak mengalami kesulitan atau hambatan karena peneliti telah mengadakan pendekatan dan pengenalan dalam menjelaskan maksud dan tujuan penerapan asuhan keperawatan Maternitas Pada Ny.E sehingga pasien memahami dan sukarela bekerja sama dengan peneliti. Data- data yang peneliti temukan saat peneliti diklasifikasikan menjadi dua yaitu data Subjektif dan data Objektif . Hasil: pengkajian pasien mengatakan merasa khawatir dengan bayinya yang baru di lahirkan dengan kondisi bayi lahir premature atau tidak cukup bulan . Data subjektif : Merasa khawatir dengan bayinya dan Sulit tidur karena memikirkan bayinya . Data objektif : Tampak pucat ,Tampak gelisah,Tidur malam hanya 4-5jam, dan Keadaan umum lemah,Tanda-tanda vital : TD:130/80 mmhg , Nadi: 84x/menit, R: 20x/menit ,suhu : 36⁰C.

2. Diagnosa Keperawatan

Hasil penelitian, diagnosa keperawatan yang dapat diambil saat penelitian yaitu Ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan(D.0080)

3. Intervensi

Hasil penelitian: pada perencanaan yang dilakukan peneliti dalam satu hari dengan waktu satu kali delapan jam (1x8 jam) kemudian diterapkan pada pasien, yaitu tingkat ansietas menurun dengan perencanaan sebagai berikut : bangun hubungan saling percaya dengan pasien dan keluarga pasien, Libatkan keluarga dalam melakukan tindakan keparawatan, Berikan perawatan *thought stopping* untuk mengurangi kecemasan pasien

4. Implementasi

Hasil penelitian: pelaksanaan tindakan keperawatan ini berjalan tanpa adanya kesulitan atau kendala. Hal ini dikarenakan adanya respon yang baik dari pasien terhadap tindakan keperawatan yang diberikan untuk mengurangi kecemasan pasien , dengan implementasi yang di buat peneliti dalam satu hari dengan waktu satu kali delapan jam (1x8 jam) sebagai berikut : Bina hubungan saling percaya dengan pasien dan keluarga Hasil : Saat komunikasi pasien dan keluarga merespon dengan baik

5. Evaluasi

Hasil penelitian : dari hasil penerapan proses asuhan keperawatan maternitas kepada ibu yang lebih di fokuskan pada terapi *thought stopping* untuk menurunkan kecemasan ibu terhadap bayinya yang baru lahir dengan kondisi lahir prematur atau tidak cukup bulan dan dengan memutuskan yang mengganggu pada diri pasien .

Pembahasan

Pengkajian yang di lakukan pada pasien dengan diagnosa keperawatan, Pada pasien dengan diagnosa yang muncul yaitu ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan dari diagnosa keperawatan yang muncul, adalah kondisi utama di mana ibu merasa cemas dengan bayinya lahir premature.

1. Pengkajian

- a. Teori: pengkajian merupakan tahap awal dalam proses asuhan keperawatan yang bertujuan untuk mengumpulkan data meliputi: wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan dokumentasi.

penanganan yang tidak tepat pada masa post partum dapat menyebabkan berbagai masalah salah satunya adalah post partum blues (baby blues). Post partum blues (baby blues) merupakan suatu sindroma gangguan efek ringan yang terjadi pada minggu pertama setelah melahirkan, biasanya akan memburuk pada hari ketiga sampai kelima dan berlangsung selama 14 hari atau dua minggu setelah kelahiran (Yunitasari &Suryani, 2020). Thought stopping sangat tepat digunakan bagi orang yang memiliki gangguan ansietas, depresi ringan, percobaan bunuh diri, isolasi sosial, dan perilaku kekerasan. Donald (dalam Nasution, 2020)

- b. Hasil:pada tahap pengumpulan data peneliti tidak mengalami kesulitan atau hambatan karena peneliti telah mengadakan pendekatan dan pengenalan dalam menjelaskan maksud dan tujuan penerapan asuhan keperawatan Maternitas Pada Ny.E sehingga pasien memahami dan sukarela bekerja sama dengan peneliti. Data- data yang peneliti temukan saat peneliti diklasifikasikan menjadi dua yaitu data Subjektif dan data Objektif . Hasil: pengkajian pasien mengatakan merasa khawatir dengan bayinya yang baru di lahirkan dengan kondisi bayi lahir premature atau tidak cukup bulan . Data subjektif : Merasa khawatir dengan bayinya dan Sulit tidur karena memikirkan bayinya . Data objektif : Tampak pucat ,Tampak gelisah,Tidur malam hanya 4-5jam, dan Keadaan umum lemah,Tanda-tanda vital : TD:130/80 mmhg , Nadi: 84x/menit, R: 20x/menit ,suhu : 36⁰C.
- c. Kesimpulan: berdasarkan teori dari hasil penelitian tidak di temukan kesengajaan antara teori dengan hasil yang di dapatkan peneliti saat melakukan penelitian .

2. Diagnosa Keperawatan

- a. Teori :Berdasarkan teori, diagnosa keperawatan yang muncul pada Ny.E adalah ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan (D.0080).
- b. Hasil penelitian, diagnosa keperawatan yang dapat diambil saat penelitian yaitu Ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan(D.0080)
- c. Kesimpulan: Berdasarkan teori dan hasil penelitian maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa tidak ada kesenjangan antara teori dengan hasil penelitian, namun dalam implementasinya peneliti lebih fokus pada diagnosa Ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan.(D.0080)

3. Perencanaan

- a. Teori Berdasarkan teori maka perencanaan yang dilakukan harus sesuai dan harus mendukung sesuai diagnosa yang telah direncanakan agar dapat mengatasi masalah yang sedang dihadapi pasien.
- b. Hasil penelitian: pada perencanaan yang dilakukan peneliti dalam satu hari dengan waktu satu kali delapan jam (1x8 jam) kemudian diterapkan pada pasien, yaitu tingkat ansietas menurun dengan perencanaan sebagai berikut : bangun hubungan saling percaya dengan pasien dan keluarga pasien, Libatkan keluarga dalam melakukan tindakan keparawatan, Berikan perawatan *thought stopping* untuk mengurangi kecemasan pasien
- c. Kesimpulan:Peneliti dapat menyimpulkan tidak ditemukan adanya kesenjangan antara teori dengan penelitian karena hasil yang diperoleh sesuai dengan intervensi yang dilakukan

4. Implementasi

- a. Teori:Dalam teori implementasi merupakan perwujudan dari perencanaan keperawatan yang telah peneliti susun, Dalam melakukan rencana keperawatan peneliti tidak bekerja sendiri tetapi dengan pasien juga.
- b. Hasil penelitian: pelaksanaan tindakan keperawatan ini berjalan tanpa adanya kesulitan atau kendala. Hal ini dikarenakan adanya respon yang baik dari pasien terhadap tindakan keperawatan yang diberikan untuk mengurangi kecemasan pasien , dengan implementasi yang di buat peneliti dalam satu hari dengan waktu satu kali delapan jam (1x8 jam) sebagai berikut : Bina hubungan saling percaya dengan pasien dan keluarga Hasil : Saat komunikasi pasien dan keluarga merespon dengan baik
- c. Melibatkan keluarga saat melakukan tindakan keperawatan hasil : pasien dan keluarga mengerti tindakan keperawatan yang dilakukan, Memberikan terapi *thought stopping* dan tarik nafas dalam ,Anjurkan ibu untuk tidak memikirkan hal-hal buruk mengenai bayinya yg lahir prematur

5. Evaluasi

- a. Teori :Evaluasi merupakan tahap akhir dari proses keperawatan yaitu perbandingan yang sistematis dari rencana kesehatan pasien dengan tujuan yang telah ditetapkan, dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan pasien sehingga pasien dapat mengerti dengan cara menurunkan ansietas dengan terapi *thought stopping*
- b. Hasil penelitian : dari hasil penerapan proses asuhan keperawatan maternitas kepada ibu yang lebih di fokuskan pada terapi *thought stopping* untuk menurunkan kecemasan ibu terhadap bayinya yang baru lahir dengan kondisi lahir prematur atau tidak cukup bulan dan dengan memutuskan yang mengganggu pada diri pasien .
- c. Kesimpulan : berdasarkan teori dan hasil penelitian maka dapat di simpulkan bahwa teknik terapi *thought stopping* yang di terapkan kepada ibu dengan post partum (prematur) dapat membantu ibu dalam menurunkan ansietas atau kecemasannya dengan pemberian terapi tersebut, dari kecemasan sedang dengan pengukuran *HARS* : score 26 ,menjadi kecemasan ringan dengan pengukuran *HARS* : score 17.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi dari asuhan keperawatan yang telah dilakukan dengan menggunakan metode studi kasus menunjukkan bahwa asuhan keperawatan tentang perawatan terapi *thought stopping* untuk menurunkan ansietas, Peneliti melakukan pengkajian pada tanggal 04 september 2024 maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Dalam pengkajian ini pasien Ny.E ditemukan adanya ansietas atau kecemasan maka peneliti melakukan keperawatan terapi *thought stopping* untuk menurunkan ansietas tersebut.
2. Dari hasil pengkajian akhirnya dapat dirumuskan diagnosa keperawatan sesuai masalah keperawatan pada pasien. Diagnosa yang muncul pada saat penelitian adalah anseitas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan, Dalam melakukan penerapan implementasi, peneliti menyesuaikan dengan rencana yang telah dibuat untuk mengatasi masalah pada pasien Ny.E dengan tindakan yang dilakukan berjalan dengan baik serta antusias pasien dalam menjalani tindakan keperawatan
3. Hasil yang didapat pada saat evaluasi yaitu terapi *thought stopping* dapat membawa dampak positif menurunkan kecemasan di karenakan pada saat pengkajian keluhan utama pasien khawatir dengan kondisi bayinya ,setelah di lakukannya terapi *thought stopping* pasien merasa lebih baik, tenang , dan tidak gelisah lagi

4. Evaluasi merupakan tahap akhir dari proses keperawatan yaitu perbandingan yang sistematis dari rencana kesehatan pasien dengan tujuan yang telah ditetapkan, dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan pasien sehingga pasien dapat mengerti dengan cara terapi *thought stopping* ini dapat menurunkan anisetas atau kecemasan

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi Ghita, & Saharuddin, S. (2024). Puji Rochjati Score in Improving Early Detection Skills of Maternal Emergencies. *Journal of Evidence-Based Community Health*, 1(2), 16-18. <https://doi.org/10.1234/4jml1q66>
- Eni, H., & Riwayati. (2015). *Buku modul mata kuliah keperawatan jiwa: Terapi thought stopping (penghentian pikiran)*. Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas.
- Ghita, D., Suhartini, S., & Mustafa, S. R. (2024). Optimization of Newborn Care to Prevent Postbirth Health Disorders. *Journal of Evidence-Based Community Health*, 1(1), 1-3. <https://doi.org/10.1234/s7kfe769>
- Jusmawati, J., & Hasrida. (2024). Education on providing additional food for toddlers. *Journal of Evidence-Based Community Health*, 1(2), 23-26. <https://doi.org/10.1234/x87v7892>
- Marina, M. (2024). The role of mothers in the first 1000 days of life in preventing child developmental disorders. *Journal of Evidence-Based Community Health*, 1(2), 19-22. <https://doi.org/10.1234/3p052v92>
- Nasution, S. L., Siregar, A., & Harahap, R. (2020). Pengaruh kualitas produk, citra merek, kepercayaan, kemudahan dan harga terhadap keputusan pembelian pada e-commerce Shopee (Survei pada mahasiswa S1 Fakultas Ekonomi Jurusan Manajemen Universitas Labuhan Batu). *Jurnal Ekonomi dan Manajemen*
- Nurjanah, N., dkk. (2013). *Asuhan kebidanan post partum*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2011). *Buku saku keperawatan jiwa* (Edisi ke-3, Yni S., Penerjemah). Jakarta: IGD.
- Suhartini, S., Ani, A., Ghita, D., & Eppang, Y. . (2024). Introduction to handling danger signs of pregnancy in pregnant women in an effort to reduce maternal mortality cases at the Plamboyan IV Posyandu. *Journal of Evidence-Based Community Health*, 1(2), 27-30. <https://doi.org/10.1234/97k97a56>
- Sutejo. (2019). *Keperawatan jiwa: Konsep dan praktik asuhan keperawatan kesehatan jiwa gangguan jiwa dan psikososial*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia*. DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia* (Edisi 1). DPP PPNI.
- Wahyuningsih, S. (2019). *Buku ajar asuhan keperawatan post partum*.
- World Health Organization. (2018, March 8). *Kelahiran prematur*. Retrieved from [\[https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth\]](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth)
- Wu, C. Y., Hung, C. H., & Chang, Y. J. (2015). Predictors of health status in mothers of premature infants with implications for clinical practice and future research. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 12(4), 217-227.
- Yunita, S., Candra, A., & Permatasari, D. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan kejadian postpartum blues. *Jurnal Kebidanan*,
- Yusuf, A. M. (2018). *Asuhan keperawatan kesehatan jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.